

Notas sobre a Racionalidade Nutricional e a alimentação saudável

Notes on Nutritional Rationality and healthy eating

Márcia Regina Viana¹

¹Doutora em Alimentação, Nutrição e Saúde. Doutora em Filosofia da Existência. Professora do Curso de Nutrição da UFRJ Campus Prof. Aloisio Teixeira

Endereço para correspondência: marcianutrifil@gmail.com

Palavras-chave

Racionalidade nutricional
Alimentação saudável
Narrativas alimentares

Objetivo: Conhecer as narrativas que envolvem a relação que o pesquisador do campo de Alimentação e Nutrição mantém com a concepção de alimentação saudável. Metodologia: Análise de conteúdo das narrativas transcritas, colhidas a partir de entrevista semiestruturada. O percurso teórico-metodológico adotado foi a análise de conteúdo e a crítica filosófico-existencialista. Resultados: Foram entrevistados 26 professores de três Programas de Pós Graduação em Alimentação e Nutrição situados nos estados de Rio de Janeiro e São Paulo. Foram encontradas as seguintes categorias: 1) Comida como dieta; 2) Comida como história de vida; 3) Comida como expressão subjetiva. Discussão: As narrativas alimentares de docentes pesquisadores revelam suas crenças epistêmicas; a alimentação saudável pode aparecer como a aplicabilidade da racionalidade nutricional; acredita-se que prescrições moralizantes e normatizadas não priorizam o aspecto social da alimentação, seu papel cultural nas relações humanas e toda a representatividade do preparo e consumo das refeições. Analisada apenas sob o enfoque biológico, a comida não representa a história de vida de seus comensais. Conclusão: Os discursos dos professores mostram sentidos constituídos por suas expertises e por seus projetos existenciais. Ressalta-se a urgência em superar a predominância de um discurso cientificista e reducionista no campo da alimentação e nutrição.

Keywords

Nutritional rationality
Healthy eating
Food narratives

Objective: Knowing the narratives about relationship that the researcher of the field of food and nutrition maintains with the conception of healthy eating. **Methodology:** Content analysis of the transcribed narratives, collected from a semi-structured interview. The theoretical-methodological course adopted was content analysis and philosophical-existentialist criticism. **Results:** Twenty-six teachers from three Post-Graduate Programs in Food and Nutrition were interviewed in the states of Rio de Janeiro and São Paulo. The following categories were found: 1) Food as diet; 2) Food as a life story; 3) Food as a subjective expression. **Discussion:** The food narratives of faculty researchers reveal their epistemic beliefs: healthy eating may appear as the applicability of nutritional rationality; it is believed that moralizing normative prescriptions do not prioritize the social aspect of food, its cultural role in human relations and all the representativeness of the preparation and consumption of meals. When food is analyzed only under the biological approach, it does not represent the life history of its "eaters". **Conclusion:** The teachers' discourses show the meanings of their expertises and existential projects. It is important to emphasize the urgency of overcoming the predominance of a scientific and reductionist discourse in the field of food and nutrition.

INTRODUÇÃO

A alimentação saudável tem sido tema de discussão de muitos estudos^{1,2,3} e compõe a agenda de políticas públicas no Brasil⁴ e em outros países, tanto da América Latina⁵ quanto da Europa⁶ e igualmente nos Estados Unidos⁷. Tradicionalmente, o entendimento do que seja uma alimentação saudável está vinculado à ideia de saúde a qual, por sua vez, remete ao binômio saúde-doença. É tanto conhecida como criticada a concepção de saúde enquanto

sendo o estado de ausência de doença^{8,9}, isto porque tal mentalidade se constituiu a partir da observação sistematizada de aspectos anatomofisiológicos dos corpos e das respectivas tecnologias desenvolvidas como suporte para sua "normalidade"¹⁰. Nesta lógica, a concepção de alimentação saudável acabou atrelada, ou pelo menos bem aproximada, à ideia de prevenção de doenças. Comer de modo saudável teria como consequência necessária a ausência (ou minimização) da doença. Este aparente determinismo suscitou o vasto empenho no

aprofundamento do viés biologicista da Ciência da Nutrição, em detrimento dos aspectos sociais da alimentação¹¹. O conceito de *racionalidade nutricional*¹², o qual se refere às “práticas alimentares atentas ao permanente cuidado em manter na alimentação o equilíbrio de nutrientes, em detrimento do prazer de comer e dos valores com que a alimentação marca o convívio social a ele associado”, parece decorrer deste aprofundamento.

Paralelamente, entende-se também que a alimentação é atividade que não está restrita à satisfação das necessidades nutricionais do indivíduo. Para além da função biológica, é a alimentação (ou a comensalidade) uma via da expressão subjetiva em diferentes aspectos: seja pela relação do sujeito com o alimento, seja pela relação do sujeito com os comensais com quem compartilha a refeição¹³ e com a rede de atores responsáveis pelos diferentes estágios de produção e distribuição de alimentos. Nesse contexto faz-se pertinente a observação de Dória¹⁴ quando afirma que o ato de cozinhar, quando apreciado dentro desta rede de relações, por si só já tece uma rede de reciprocidades que tem o comer como eixo.

Neste estudo, o estímulo principal foi o de contemplar a alimentação para além do viés biológico ao qual convencionalmente está circunscrita por parte dos profissionais da saúde, alinhando-se a estudos^{15,16,17} que chamam a atenção para a necessidade de ampliar o olhar para outros aspectos da alimentação e da nutrição e alargar o discernimento sobre a ideia de alimentação saudável.

Em cenário composto por 1) sentidos e significados oriundos da história de vida do sujeito; 2) normatizações advindas dos critérios de racionalidade nutricional; 3) recomendações de boas práticas alimentares propostas pelas políticas públicas; e ainda 4) acessibilidade de alimentos, que repousa sobre o apelo consumista exercido pelo mercado; consideramos ser da ordem da problemática existencial as decisões que fundamentam as escolhas alimentares e ainda, as crenças balizadoras das concepções de alimentação saudável dos sujeitos existentes. Além disso, existem pressões de ordem mercadológica para consumir o que é anunciado como nutritivo e dotado de funcionalidades específicas, a despeito do prazer de comer e do convívio social a ele associado. Estas pressões enquadram a alimentação na lógica do consumo racional e este aspecto dá ensejo à medicalização da alimentação¹⁸, processo em que se pode observar, entre outras coisas, a diminuição de autonomia subjetiva na escolha do que comer. A consolidação desse processo é mediada pela proclamada soberania do conhecimento científico, utilizada por diferentes *expertises*¹⁹ na disputa pelo consumo de seus produtos finais, os quais seduzem o comensal (consumidor) por sugerirem práticas alimentares supostamente mais

eficientes, dando ensejo às diferentes racionalidades alimentares e/ou nutricionais.

Este estudo situa-se em uma seara ainda pouco explorada pela reflexão acadêmica, que é a pesquisa qualitativa no campo da formação docente no tocante ao comprometimento da historicidade subjetiva com a formulação da concepção de alimentação saudável de pesquisadores em alimentação e nutrição; no decorrer do trabalho ficará mais claro qual o sentido que deu-se a esse comprometimento. É mais comum encontrar estudos que relacionam a formação docente com a satisfação profissional²⁰. Moraes²¹ em sua dissertação de mestrado, aponta a importância da história de vida na construção da identidade profissional de professor. Apesar de ressaltar que a grande maioria dos professores que participam do quadro de formação para a área de saúde se identificam com suas profissões originais (nutricionistas, odontólogos e etc.), vincula a interpretação da historicidade subjetiva à construção da identidade de docente, e não à de nutricionista, por exemplo, ou à construção de um conceito instrumental para a prática profissional, como acredita-se ser a concepção de alimentação saudável para a promoção da saúde.

Assim, para melhor entendimento do tema, realizou-se estudo qualitativo de narrativas de professores de Programas de Pós-Graduação em Nutrição, quando indagados acerca de sua concepção de alimentação saudável, com o objetivo de conhecer a relação que os pesquisadores mantêm com a ideia. A hipótese que nos orientou é a de que a narrativa alimentar é a experiência conceitual da prática alimentar e, portanto é, de certa forma, moldada pela *expertise* de cada área de pesquisa docente e pode sofrer variações em seu entendimento e formulações.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Estudos que se realizam no âmbito do cotidiano de pessoas, tomando como objeto de averiguação a tessitura ontológica, envergam-se para o lado da problematização da existência. Este estudo em parte se fundamenta no pensamento existencialista de que o sujeito realiza-se a partir de um projeto próprio denominado projeto ontológico²², e analisa seu movimento (existencial) em ações e atividades que têm a intenção de dar conteúdo concreto à sua liberdade; à liberdade de ser as diferentes possibilidades que se apresentam. Em grego, *ontos* significa “ente” e *logos*, “discurso sobre”; ontologia vem a ser a parte da filosofia que trata da natureza, realidade e existência dos entes²³. Assim explica-se o uso do atributo “ontológico”.

A partir da noção de projeto – expressão que remete ao termo “projétil”, que por sua vez carrega consigo a ideia de lançamento, de lançar-se adiante – tem-se que, em um

momento inicial, o sujeito é *carente de ser* o que ainda não é. Mas temos também que o sujeito se constitui da incessante intenção de ser alguma coisa e, portanto, encontra-se em constante devir, em busca da realização de um fim: a intenção de ser. Eis a razão que o impele a lançar-se em projetos existenciais os quais objetivam esta realização: a infinitude de finalidades ainda por realizar.

Em estudo anterior sobre o existencialismo beauvoireano²⁴, foi mostrado que os modos de existência apontam dois pilares fundamentais de sustentação da ação: um positivo, que é a assunção da liberdade, e um negativo, que é a demissão desta condição de ser livre. A trajetória humana é constituída como resultado de dialética íntima entre estas duas escolhas que o sujeito pode realizar: constituir-se livre ou demitir-se dessa liberdade. O sujeito livre realiza ações originadas em sua própria criação, então dizemos que é livre para *ser*, realizar sua criação; de outra forma, *não ser* seria não sentir-se livre para realizar-se, então ocorre a demissão da existência. Como nos casos de opressão, por exemplo, ou nos casos de não engajamento, em que o sujeito não é livre mas continua *existindo*, realizando ações não criadas por si mesmo; repetindo criações de outros.

Para o profissional de nutrição, as crenças epistemológicas¹ em torno de elementos que compõem a sua profissão acabam por adquirir a finalidade de projeto ontológico do nutricionista. Obviamente que não só para o nutricionista, como para os outros profissionais também. E estas crenças epistemológicas sofrem transformações em resposta às tensões sofridas em seu campo, tensões estas que forçam o alargamento de suas dimensões. Em estudo datado de mais de uma década²⁵, cujo objetivo foi avaliar a representação social dos egressos de um curso de nutrição de uma universidade federal brasileira, encontra-se a afirmação de que o currículo do nutricionista é “construído em bases tecnicistas em detrimento da formação histórica e social da ciência da nutrição”, o que dificulta a “articulação entre teoria e prática na busca da compreensão e de alternativas para a fome como um problema social”. O estudo mencionado parece já denunciar alguma inabilidade de o nutricionista compreender que o estado nutricional da população é inerente ao acesso ao alimento e não apenas referente ao equilíbrio de seus nutrientes. Ainda neste

estudo temos que em 1986, quando da primeira avaliação do curso de nutrição da UFMT, detectou-se que “a tendência educacional adotada pelo curso privilegiava o aspecto técnico, sem contudo considerar a formação global do aluno como ser social e político, preparando o profissional nutricionista apenas para reproduzir e não para transformar a sociedade”. Em outro estudo datado de 2011 encontra-se a intenção de “demonstrar a possibilidade de diálogo entre o saber técnico e outras formas de conhecimento que abordam as experiências do sujeito no campo da alimentação e nutrição”²⁶. Estas observações conduzem à percepção de que a formação profissional há tempos já demanda esse olhar para a subjetividade, para a formação de um sujeito suficientemente autônomo e informado de sua condição de cidadão e que sua prática alimentar está inserida em um contexto social e político e não apenas técnico-nutricional.

Nesta sequência de ideias, tem-se como pressuposto que o tema alimentação pode (e deve) ser tratado em ambientes diferenciados, quais sejam, a abordagem técnico-científica decorrente das análises metodológicas de seus objetos - o corpo humano, alimentos e nutrientes de um lado e, de outro, o ambiente social e humano do processo alimentar, este último incluindo a história vivida pelos sujeitos (interpretações surgidas durante o trabalho de transformar o alimento em comida) e a significação social do alimento (a qual inclui acessibilidade, comensalidade, produção e consumo). Assim, ao considerarmos que a apreciação do contexto de alimentação e nutrição pode ser visto em duas dimensões, a biológica e a humana, tem-se que no tecido social encontramos ainda, outra subdivisão: a dimensão antropofilosófica, onde o alimento adquire sentidos e significados ontológicos e a dimensão social, esta última contendo preponderantemente as considerações sobre as infra e superestruturas sociais, as quais determinam a necessária relação econômico-social que o alimento mantém com o indivíduo e com a sociedade.

É neste contexto de um campo científico marcadamente pluriversal em sua gênese, como assim se apresenta o campo de alimentação e nutrição, que se forma o pesquisador, e é também nesse solo onde se erguem suas crenças epistêmicas, o qual abriga tanto o senso comum que circunda a temática quanto também toda a produção acadêmica, e a esta última atribui-se a perspectiva de consolidar sua *expertise*. Ao chamar a atenção para a polissemia do discurso do conhecimento técnico da nutrição é importante pontuar que estas especialidades podem distanciar a cultura alimentar de sua prática (alimentar). Para ilustrar esse distanciamento, tomamos como exemplo as inovações alimentares lançadas no mercado, as quais convergem para a consolidação das

¹ Crenças epistemológicas se referem ao conjunto de ideias que orientam a busca do conhecimento. Na tradição filosófica registram-se duas principais vertentes orientadoras destas crenças: o racionalismo e o empirismo. O primeiro tende a enfatizar metodologias que privilegiam os aspectos da racionalidade e suas derivações, enquanto que o empirismo valoriza a experiência sensível como ponto de partida para o conhecimento. Esse modelo dicotômico resultou em maior valorização de estudos que assumem uma construção de maior cunho racionalista, como é o caso do olhar reduzido aos aspectos biológicos da alimentação.

conquistas da modernidade, como a conveniência e a praticidade, e que se revestem do discurso da racionalidade científica para legitimar seu espaço de consumo. Como exemplo deste fenômeno, têm-se as refeições comercializadas em porções individuais. No espaço cavado pelas ideias de praticidade, rapidez e adequação nutricional, o que se observa é que estes produtos podem favorecer transformações de alguns hábitos alimentares, como aquele de compartilhar os alimentos à mesa. Sobre esse aspecto, acredita-se ser importante apontar o distanciamento de um dos princípios da segurança alimentar e nutricional, o qual propõe, “práticas alimentares promotoras de saúde que *respeitem a diversidade cultural* e que sejam ambiental, cultural, econômica e socialmente sustentáveis”²⁷. Outro ponto a considerar é o lançamento de produtos alimentícios com uma proposta principal de entretenimento e não de suprimento nutricional, como se acredita ser a proposta de algumas guloseimas direcionadas ao público infantil, situação em que se sustenta que a tecnologia de alimentos pode não contribuir para a preservação da prática alimentar tradicional.

Em meio a estas preocupações e orientada pela relevância dada à alimentação enquanto expressão de um sujeito em um espaço urbano constituído pela arte, cultura e expressão de outros sujeitos, pelas políticas públicas reconhecidas como instrumentos de direitos e deveres dos cidadãos e, principalmente, pela acessibilidade de todos esses fatores ao cotidiano do sujeito comedor, que esta reflexão se revela como promotora da alimentação saudável. Este sujeito precisa expressar-se através de sua história e de suas relações intersubjetivas, sentir-se inserido em uma sociedade de direitos e deveres e, principalmente, ter acesso à condição humana de exercitar estes direitos e deveres em relação à prática alimentar. E isto não significa apenas ter uma alimentação balanceada nutricionalmente e/ou tecnicamente correta, como muitas vezes é buscado no consumo de alimentos industrializados, cujos rótulos exibem informações nutricionais consoantes à normatização alimentar e nutricional, mas que não informam a origem do alimento. É reconhecida a importância da indústria de alimentos na facilitação da distribuição, segurança sanitária e tempo de estoque de alimentos; mas o que se argumenta é o tipo de informação (ou ausência dela) veiculada em sua mídia, incluindo a rotulagem de seus produtos.

METODOLOGIA

O presente estudo resulta de aprofundamento interpretativo de um dos eixos temáticos de pesquisa qualitativa realizada durante o projeto de doutoramento da autora, quando foi desenvolvido o conceito de *racionalidade*

nutricional e sua relação com a medicalização da sociedade. Naquela ocasião, foi utilizado como instrumento de coleta de dados entrevista semiestruturada com professores pesquisadores de pós-graduação em alimentação e nutrição, em universidades dos estados do Rio de Janeiro e de São Paulo, no período entre novembro de 2013 e janeiro de 2014. O roteiro da entrevista aplicada constituiu-se de três eixos centrais: 1) escolha da profissão, 2) concepção de alimentação saudável e 3) a relação ciência/indústria de alimentos. Aqui, trabalharemos com os dados coletados no segundo eixo temático: concepção de alimentação saudável. Todos os procedimentos relativos aos cuidados éticos em pesquisa com seres humanos foram seguidos e o projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa do Hospital Universitário Pedro Ernesto sob o CAAE 24817013.7.0000.5259.

Para a análise das narrativas foi utilizada a técnica de análise de conteúdo, na forma como foi proposta por Lawrence Bardin²⁸, como ferramenta teórico-metodológica deste estudo. Do mesmo modo, a filosofia existencialista como a entendemos (e seguimos aqui a indicação da própria Simone de Beauvoir²⁹) tem a si mesma enquanto *método*: deveríamos, antes de falar em uma teoria de cariz existencial, reconhecê-la enquanto um método de nos dirigirmos ao sujeito, ao mundo, a nós próprios. Ao nos servirmos do método existencialista de tratar as falas dos profissionais, apresenta-se a possibilidade de analisá-las como expressão da crença epistêmica e construção subjetiva dos mesmos. A partir do pressuposto herdado da filosofia da existência entende-se que o sujeito é uma ambiguidade imersa em um mundo com outros sujeitos presentes, isto é, um ser soberano para si, mas, por estar mergulhado no coletivo de outros sujeitos, é apenas um objeto para estes outros. E é a partir do olhar do outro que sua existência ganha sentido, o que sugere que suas ações são intencionais em revelar-se existente e em revelar o existente. Envidou-se a empreitada de situar este estudo na interface com a filosofia da existência e considerar os discursos analisados como expressão da existência vivida dos participantes.

A etapa de leitura e interpretação das narrativas é o esforço do pesquisador em doar algum sentido ao material coletado para que possa ser usado como uma forma de melhor compreender a realidade vivida³⁰. A primeira providência tomada nessa fase constituiu em estudar o *corpus* integral das narrativas e reunir as falas em blocos temáticos de acordo com os eixos do roteiro de entrevistas. Os dados qualitativos foram agrupados em categorias que permitiram uma melhor ordenação do material obtido com as questões abertas. A partir do referencial metodológico apontado, partiu-se do pressuposto de que os relatos são

expressões da subjetividade dos entrevistados, expressões que acabam por mostrar a relação entre os dados do mundo objetivo e a particularidade dos participantes. A partir desta pré análise, obteve-se um arquivo menor, selecionado por trechos das narrativas especificamente relacionados aos temas. Já com esse arquivo menor, a análise foi orientada pela pergunta principal: Como a narrativa alimentar expressa a concepção de alimentação saudável do entrevistado? Tendo como ponto inicial este questionamento, categorizou-se as narrativas em três grupos principais: 1- Comida como dieta – o “dever comer”; 2- Comida como história de vida; 3- Comida como expressão subjetiva. Os excertos apresentados foram extraídos das íntegras das narrativas dos professores quando entrevistados durante o trabalho de campo.

RESULTADOS

As expressões subjetivas mostraram o modo como os sujeitos elaboraram sua concepção de alimentação saudável, a qual acreditamos estar fundada na apropriação da racionalidade de suas atividades profissionais e tendo sua história de vida como cenário de fundo. Em alguns momentos, parece que as falas relacionam-se com uma externalidade ou um ente (ontologia) fora do eu, com um dado do mundo objetivo (a expertise acadêmica) que dialoga com o projeto existencial do sujeito entrevistado. O projeto existencial é erigido, conforme já mencionado, a partir da crença epistêmica lapidada pela expertise do pesquisador.

As narrativas desvelaram em seu conteúdo as seguintes categorias de análise:

1 - Comida como dieta – o “dever comer”

Esta categoria mostra a influência de uma apreciação técnica da alimentação, vista a partir do olhar científico. Percebe-se uma narrativa sustentada pela ideia de que a prática alimentar deve nortear-se pela visão tecnicista biológica e prescritiva, e ainda, que o comportamento subjetivo de modo geral deve ter um modelo normatizador condizente com a formação profissional. Os excertos a seguir são exemplos dessa tônica categórica:

“Eu não tenho muito como separar as duas coisas. A gente é nutricionista, lê muito, pesquisa. Eu tenho muito, pra mim e pra minha família, a nutrição como prevenção de doenças, então se alimentar bem pra mim não é se alimentar em poucas calorias nem em muitas calorias, é se alimentar o suficiente pra manter um peso adequado, que seja uma alimentação com

nutrientes, por nutrientes entende-se os macro nutrientes, os micronutrientes, então na minha casa a gente procura fazer uma alimentação bem variada (Entrevista 1).”

“Quando entrei pra faculdade de nutrição, comecei a ver que tinha que ter outros alimentos, tinha que ter a variedade, atender as leis da alimentação saudável. Comecei a trazer esses conceitos pra minha família, então a gente começou a modificar essa alimentação, trazer novos alimentos, incluir novos alimentos pra nossa refeição habitual. Enquanto nutricionista a gente tem toda uma teoria, sabe o que é uma alimentação saudável, mas nem sempre consegue praticar, acho que toda nutricionista fica nesse dilema (Entrevista 2).”

2 - Comida como história de vida

Esta categoria já trata a comida não mais como um produto de normatizações do conhecimento científico, e sim como a expressão de uma atividade natural de relação do sujeito com um espaço geográfico em que normalmente se encontra o alimento em sua forma original (natural) e onde as relações se organizam em torno da atividade alimentar:

“A alimentação saudável na verdade é uma alimentação que eu acho que a gente tem que voltar talvez, ao que era a alimentação, por exemplo, da minha avó e até a dos meus pais, aquela alimentação com arroz e feijão, ainda grande parte da população brasileira tem e é ótimo, alimentação com bastante frutas e hortaliças, que não utilize muitos alimentos industrializados (Entrevista 3).”

“Minha família sempre foi muito envolvida com questões de alimentação, todos têm fissura por comida, tudo que a gente fizer, encontros, reuniões, decisões, primeiro a gente vê o quê cada um vai levar pra comer, porque se não tiver comida e bebida a gente não consegue conversar [...] A frase célebre que eu nunca mais esqueço, desde criancinha, é que podia faltar tudo dentro de casa mas a geladeira tinha que tá abastecida, tinha que ter comida pra todo mundo [...] Na minha vida pessoal a comida tá muito envolvida comigo, com minhas emoções, algumas preparações me remetem à minha infância, à minha mãe que perdi muito cedo, muita coisa que

ela fazia eu tento reproduzir pra ter algo mais concreto de lembrança dela e são comidas que não são saudáveis, sob o ponto de vista biomédico, são comidas que são afetivamente saudáveis (Entrevista 4)."

3 – Comida como expressão subjetiva

Nesta categoria percebe-se a interiorização subjetiva do processo alimentar. A prática alimentar equivale a um valor pessoal atribuído ao tipo de alimento que o sujeito encontra, cuja tipologia está imbricada com a origem, custeio, tipo de produção, o manejo da cultura, se é cultura sustentável ou predatória. Envolve aspectos de ordem axiológica sobre o cuidado com os alimentos, com a terra, com o ambiente e com o trabalhador, conjunto de reflexões que constitui a ética alimentar, e expressa a relação do valor que o alimento agrega ao cotidiano do sujeito (comedor).

"Concepção de alimentação saudável envolve outras dimensões, não consigo imaginar fazer uma prática alimentar saudável se não tiver garantindo a participação de alimentos advindos da agroecologia, por exemplo [...] Tem alimentos que eu não compro mais, tem 'T' de transgênico, não compro (Entrevista 5)."

"Promover alimentação saudável é ressignificar o lugar da comida na nossa vida, toda a ideia da convivência que a comida promove é imprescindível na alimentação saudável, a comensalidade; hoje a gente sabe os nomes, mas quando eu era adolescente eu não sabia que chamava esse nome e entendia que aquilo fazia muito sentido pra mim, comer com outras pessoas, promover oportunidade das pessoas comerem juntas, tudo isso faz parte da prática saudável da alimentação (Entrevista 5)."

"A dieta equilibrada era a dieta saudável que a gente calculava, essa concepção do saudável tem uma perspectiva, uma tônica, muito moralista embutida nela, a gente acaba naturalizando, 'alimentação saudável', mas às vezes eu penso 'Meu Deus, tô falando de uma coisa que eu mesma não acredito e que eu consigo enxergar que tem uma tônica moral nela'. Eu acho que o saudável te leva à perspectiva moralista, quem descumpre é quase como um pecador, se eu não sigo o que tá prescrito como saudável é uma escolha minha, mas sou culpada, é quase um

pecado, então tem uma tônica moral muito grande, disciplinadora (Entrevista 6)."

DISCUSSÃO

Durante a referida pesquisa de doutoramento, a questão que rondava suas etapas era a de que a formação profissional e docente parecia "criar" um ambiente favorável para forjar o entendimento de que a alimentação saudável, principal meta a ser atingida pelo profissional nutricionista, seria a aplicabilidade da racionalidade nutricional, isto é, de que a prática alimentar deveria se adequar aos pressupostos técnicos e científicos que regem a Ciência da Nutrição, tal qual encontrado na categoria *comida como dieta* – o "dever comer". Em alguns momentos fica bem evidente esta associação, como no excerto "Enquanto nutricionista a gente tem toda uma teoria, sabe o que é uma alimentação saudável" (Entrevista 2).

Um primeiro estágio do entendimento sobre a alimentação saudável é reconhecer que há uma reflexão anterior inerente ao conceito de saúde: a saúde ampliada, não restrita à ausência de doença, como já mostrado na introdução. A alimentação saudável traz em sua genealogia a força da polissemia, pois agrega uma cadeia de noções: a do alimento, que remete à comida e esta, à cultura alimentar; saudável contém a saúde, mas uma saúde emancipada do doutrinamento que a ciência lhe imputou em ter que corresponder à ausência de doença. A saúde aqui se relaciona com o acesso ao alimento e este acesso se reporta a trabalho e renda, e estes, à realização de desejos e projetos, os quais remetem a realização existencial, e por fim a um certo estado de felicidade, este considerado como a potência de ser³¹, a possibilidade de o sujeito vir a ser o que criar.

Por outro lado, a racionalidade nutricional encontra correspondência em comer "corretamente" e, em certo sentido, à moralidade do comer; sentido que aponta para práticas alimentares "corretas e aprovadas" em detrimento de outras que deveriam ser evitadas por não condizerem com as normas de saúde alimentar e nutricional previstas pela normatização científica, doutrinadas por uma ciência soberana. Tal correspondência aparece exemplificada na fala "Eu tenho muito, pra mim e pra minha família, a nutrição como prevenção de doenças" (Entrevista 1).

A expressão "dever comer" quer referir-se às práticas moralizantes e normatizadas que não priorizam o aspecto social da alimentação, seu papel cultural nas relações humanas e toda a representatividade do preparo e consumo das refeições – incluindo os encontros sociais, a elaboração das receitas, o ambiente da mesa (a mesa enquanto lugar), o papel da hereditariedade e da localidade, a arrumação,

assim como o requinte direcionado à confecção dos pratos, fato este que tem sido mais valorizado pela gastronomia. Segundo Marc Augé, o lugar (antropológico) está carregado de sentido social, pessoal e sentimental, onde tudo pode se justificar³². A mesa é o lugar do encontro familiar para desfrutar a refeição e a companhia de seus membros.

Quando analisada apenas sob o foco da investigação biológica, a comida parece não conter mais a história dos comensais, das receitas, das salas de jantar, dos vinhos e aperitivos degustados antes e após as refeições. A importância de tratar a comida ou o ato de comer com historicidade apareceu nas entrevistas como a categoria “comida como história de vida”. Este aspecto social e antropológico das celebrações e da comensalidade parece estar perdendo terreno para uma leitura técnica da alimentação, onde o cálculo do equilíbrio dos nutrientes prevalece, pondo de lado receitas que passaram a ser vistas como calóricas demais ou muito trabalhosas, já que as noções de conveniência e praticidade entraram nos critérios resultantes da racionalidade nutricional. Parece que a apreciação humana da alimentação enquanto atividade social deixou de fazer parte do cuidado nutricional. A despeito disso, outras áreas também tratam aspectos não biológicos da alimentação, como as diferentes expressões artísticas: o cinema^{33,34}, a pintura^{35,36}, a fotografia³⁷.

A *racionalidade nutricional*, conceito mencionado anteriormente e que decorre da constante “vigília técnica” sobre as práticas alimentares, em algumas narrativas parece prevalecer como referência orientadora principal. Este conceito, quando exposto à sociedade no formato de constructo acadêmico e apropriado pelo senso comum, pode ser utilizado como fundador de práticas alimentares, e acaba por competir com a cultura alimentar das localidades. Isto pode acontecer porque o sujeito comedor, ao escolher sua comida, pode acreditar-se sem o conhecimento adequado, presente nessa racionalidade sublimada pela Ciência, e eleger os alimentos recomendados (ou prescritos), muito presente nos rótulos de alimentos, fortalecendo o processo de medicalização, por descredenciar o sujeito ao cuidado de si.

Por estas tantas facetas que envolvem a atividade alimentar, teme-se que a narrativa do profissional de alimentação e nutrição se unifique em discurso bordado por uma *expertise* preponderantemente técnico-científica, sem considerar a atividade de comer inserida no contexto existencial dos sujeitos e, por isso mesmo, apresentando-se como um entrelaçamento de histórias, sentidos e significados. Exemplo marcante da apreciação da alimentação como sentido de expressão subjetiva, a qual se desenvolve necessariamente em ambientes territorializados

e por isso, disputados pela tensão dos campos de força que permeiam a escolha alimentar, é mostrado na categoria “comida como expressão subjetiva”, em especial na fala “Tem alimentos que eu não compro mais, tem ‘T’ de transgênico, não compro (Entrevista 5).”

A hipótese que nos orientou é a de que *a narrativa alimentar é a experiência conceitual da prática alimentar*. As concepções de alimentação são construídas a partir destas narrativas que, tendo como *background* a história de vida particular e coletiva, além da projeção existencial subjetiva, trabalha dialeticamente com o indivíduo no entendimento de si frente ao ato de comer. Encarar a alimentação/nutrição de forma desvinculada da história de vida do sujeito, como tem sido oferecido pelo senso comum impulsionado pelo mercado, pode se mostrar como um limite à liberdade, na medida em que a alimentação deixa de ser diálogo e encontro, principalmente quando se trata de prescrição alimentar. Neste sentido, os alimentos industrializados, os quais não se conhece a origem, também não promovem diálogo com o sujeito comedor. A narrativa alimentar trata da comida como expressão do sujeito e como diálogo desse sujeito com a alteridade.

Sustenta-se, portanto, que a racionalidade nutricional pode silenciar este diálogo, já que quando o sujeito escolhe a comida em função do dever comer, minimiza as possibilidades de dialogar com a alteridade, tanto porque não se expressa quanto porque não toma o outro como interlocutor, não mantendo o interesse voltado para a intersubjetividade alimentar, mas sim para comer a comida “correta”.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A título de conclusão ressalta-se que, ao ler estas narrativas, ocorre a impressão nítida de que a comida é impregnada do sentido que a existência forja no ser. Poderia arriscar um trocadilho, ao dizer que a comida existencializa a vida e que esta pode ser degustada pela comida. Os discursos dos professores mostram sentidos constituídos a partir de suas impressões e experiências. Revelam suas afecções mais presentes em relação à comida. Se contam mais sobre a indústria e a ciência, isto pode significar que estes conceitos fazem mais sentido em suas crenças epistêmicas. O discurso dominante, e atualmente este discurso corresponde às descobertas da Ciência, aponta para uma construção de soberania de aspectos científicos como racionalidade nutricional e alimentação saudável, esta última aparecendo como consequência do exercício da primeira.

Foi possível observar, tanto pelos trabalhos que serviram de apoio a este quanto pelas narrativas coletadas pelas

entrevistas transcritas, a urgência com que se faz necessária a superação de um discurso cientificista e reducionista no campo da alimentação e nutrição.

REFERÊNCIAS

1. Castro IRR. Desafios e perspectivas para a promoção da alimentação adequada e saudável no Brasil. *Cad Saúde Pública*. 2015; 31(1):7-9. Disponível em: www.scielo.br/pdf/csp/v31n1/pt_0102-311X-csp-31-01-00007.pdf
2. Villagem ASB, et al. A vida não pode ser feita só de sonhos: reflexões sobre publicidade e alimentação saudável. *Ciência & Saúde Coletiva*. 2012;17(3):681-686. Disponível em : www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232012000300014
3. Vinholes DB, Assunção MCF, Neutzling MB. Frequência de hábitos saudáveis de alimentação medidos a partir dos 10 Passos da Alimentação Saudável do Ministério da Saúde. Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil. *Cad Saúde Pública*. 2009; 25(4): 791-799. Disponível em: www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2009000400010
4. Brasil. Ministério da Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia Alimentar para a população brasileira. 2. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde; 2014.
5. Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura; Organização Pan-Americana da Saúde. Panorama de la Seguridad Alimentaria y Nutricional em America Latina y el Caribe. Santiago do Chile: FAO y OPS; 2017
6. Commission of European Communities. A Strategy for Europe on Nutrition, Overweight and Obesity related issues. Bruxelas: CEC; 2007.
7. U.S. Department of Health and Human Services; U.S. Department of Agriculture. 2015 – 2020 Dietary Guidelines for Americans. 8. ed. [Washington]: HHS Publication; 2015. Disponível em: <https://health.gov/dietaryguidelines/2015/guidelines/>.
8. Buss PM, Pellegrini Filho A. A saúde e seus determinantes sociais. *Physis [Internet]*. 2007; 17(1): 77-93. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-73312007000100006&lng=en. <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-73312007000100006>.
9. Gomes RM. Humanização e desumanização no trabalho em saúde. Rio de Janeiro: Ed. FIOCRUZ, 2017.
10. Gaudenzi P. Normal e patológico no naturalismo e no normativismo em saúde: a controvérsia entre Boorse e Nordenfelt. *Physis [Internet]*. 2016; 26(3): 747-67. Disponível em: www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-3312016000300747&lng=en&nrm=iso&ting=pt
11. Kraemer F, Prado SD, Ferreira FR, Carvalho MCVS. O discurso sobre a alimentação saudável como estratégia do biopoder. *Physis Rev de Sau Col*. 2014; 24(4). Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-73312014000400016>
12. Viana MR, Neves AS, Camargo Jr KR, Prado SD Mendonça ALO. A racionalidade nutricional e sua influência na medicalização da comida no Brasil. *Ciênc Saúde Colet*. 2017; 22(2). Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232017222.25432015>
13. Castro IRR, Castro LMC, Gugelmin SA. Ações educativas, programas e políticas envolvidos nas mudanças alimentares. In: Diez-Garcia RW, Cervato-Mancuso AM. *Nutrição e Metabolismo. Mudanças alimentares e educação nutricional*, Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2011. p. 18-34.
14. Dória, CA. *A culinária materialista: a construção racional do alimento e do prazer gastronômico*. São Paulo: Ed. Senac; 2009.
15. Carvalho MC, Luz MT, Prado SD. Comer, alimentar e nutrir: categorias analíticas instrumentais no campo da pesquisa científica. *Ciência saúde colet*. 2011; 16(1). Disponível em: www.redalyc.org/articulo.oa?id=63015361015
16. Prado SD, Carvalho MC, Ferreira FR. *Alimentação, Consumo e Cultura*. Curitiba: CRV; 2013.
17. Diez-Garcia R, Castro IRR. A culinária como objeto de estudo e de intervenção no campo da Alimentação e Nutrição. *Ciência Saúde Coletiva*. 2011; 16(1). Disponível em: www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232011000100013
18. Gracia-Arnaiz M. Comer bien, comer mal: la medicalización del comportamiento alimentario. *Salud pública de México*. 2007; 49(3).
19. Collins H, Evans R. *Repensando a Expertise*. Belo Horizonte: Fabrefactum; 2010.
20. Cardoso CGLV, Costa NMSC. Fatores de satisfação e insatisfação profissional de docentes de nutrição. *Ciênc. Saúde Coletiva*. 2016; 21(8): 2357-64. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1413-8123201521803862016>
21. Moraes PJB. De nutricionista a professor: o percurso formativo dos atuais docentes do curso de nutrição. São Paulo. Dissertação [Mestrado em Educação] - Universidade da cidade de São Paulo; 2014.
22. Beauvoir S. *Pour une morale de l'ambiguïté*. Paris:Gallimard; 1973.
23. Chauí M. *Convite à Filosofia*. 13. ed. São Paulo: Ática; 2003.
24. Viana MR. Demissão ou assunção da existência uma questão moral em Simone de Beauvoir. São Paulo: Annablume; 2009.
25. Dinucci AC, Fernández ER, Ibarra MLG, Abalo RG. Representação social dos egressos da nutrição na Universidade Federal de Mato Grosso acerca do curso de graduação e da profissão de nutricionista. *Psic. da Ed*. 2002; 14/15:165-188. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/psicoeduca/article/view/31942>
26. Freitas MCS, Minayo MCS, Fontes GA. Sobre o Campo da Alimentação e Nutrição na perspectiva das teorias compreensivas. *Ciênc. Saúde Coletiva*; 2011;16(1). Disponível em

- www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232011000100008
27. Brasil. Lei Orgânica da Segurança Alimentar e Nutricional - LOSAN. Brasília: CONSEA; 2006.
 28. Bardin L. *Análise de Conteúdo*. São Paulo: Ed. 70; 2011.
 29. Beauvoir S. *Littérature et métaphysique*. Paris: Les Temps Modernes; 1946. p.1153-63.
 30. Flick U. *Introdução à Pesquisa Qualitativa*. Porto Alegre: Artmed; 2009.
 31. Nietzsche F. *A vontade de poder*. São Paulo: Contraponto; 2008.
 32. Augé M. *Não lugares: introdução a uma antropologia da sobremodernidade*. Lisboa: 90 Graus; 2005.
 33. Gilli RC. As expressões da comida no filme "Amarelo Manga". *Prometeica* 2014/2015; 4(9). Disponível em: www.prometeica.com.
 34. Yasoshima JR. Gastronomia na tela: as representações da comida no cinema. *Revista Rosa dos Ventos*. 2012;4(3), p.300-16. Disponível em: www.ucs.br/etc/revistas/index.php/rosadosventos/article/download/1759/1115
 35. Alzate Yepes T. El bodegón: comida hecha pintura Parte I. *Perspect Nut Hum*. 2011 June. [Acesso em 26 maio 2018]; 13(1): 95-9. Disponível em: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-41082011000100008&lng=en.
 36. Flandrin JL. *Historia de la alimentación: por una ampliación de las perspectivas*. Manuscrits: revista d'història moderna 1987. Disponível em: <https://www.raco.cat/index.php/Manuscrits/index>
 37. Gouvea ATRMA. *A comida como espetáculo*. Campinas(SP). Dissertação [Mestrado em Educação] – Faculdade de Educação da UNICAMP; 2003. Disponível em: <http://libdigi.unicamp.br/document/?code=vtls000330567>.
-

Submissão: 09/11/2017

Aprovado para publicação: 08/06/2018